

마트 의무휴업일 변경에 따른 노동자의 건강과 삶 실태조사

2023.12.21

한국노동안전보건연구소 노동시간센터 월례토론회

차례

- 연구 배경과 목표, 방법
- 연구 결과
- 결론

연구 배경과 목표, 방법

대구 대형마트 휴무, 12일부터 일요일→월요일

홍준표 기자 pyoya@imaeil.com

매일신문 입력 2023-02-09 17:51:16 수정 2023-02-09 22:00:13

청주 대형마트 평일 의무휴업...5월부터 둘째·넷째 수요일 쉰다

마트 '평일' 의무휴업 서울 첫 사례 나왔다

정보윤 기자 | 입력 2023. 12. 18. 18:30 | 수정 2023. 12. 19. 07:54

기업




서초 이어 동대문도 검토...대형마트 의무 휴업 평일 변경시 '원원원'

Higher risks when working unusual times? A cross-validation of the effects on safety, health, and work-life balance

Jana Greubel¹, Anna Arlinghaus^{2 3}, Friedhelm Nachreiner², David A Lombardi^{4 5}

-
- EU 근로환경조사 2005년과 2010년 자료 각 23천명, 35천명
 - 토요일 근무 : **일생활 양립 어려움** 49% ~60%증가, **업무상 사고** 34%~19%증가
 - 일요일 근무 : **일생활 양립 어려움** 15% 증가, **업무 관련 건강 문제** 13~17% 증가



Mental health effects of long work hours, night and weekend work, and short rest periods

Kaori Sato^{a,*}, Sachiko Kuroda^b, Hideo Owan^b

^a *Kokushikan University, 4-28-1 Setagaya, Setagaya-ku, Tokyo, 154-8515, Japan*

^b *Waseda University, RIETI, 1-6-1 Nishi-waseda, Shinjuku-ku, Tokyo, 169-8050, Japan*

- 일본 제조업 사무직 1334명, 생산직 786명 조사
- 사무직에서 특히 통계적으로 **유의하게 주말에 일하는 회수가 늘수록 정신건강이 악화됨.**
- 주말 근무는 휴식 시간 뿐 아니라 가족이나 친구와 보내는 시간을 박탈하기 때문에 회복에 더욱 중요.

Objective working hour characteristics and work-life conflict among hospital employees in the Finnish public sector study

Kati Karhula¹, Sampsa Puttonen¹, Annina Ropponen¹, Aki Koskinen¹, Anneli Ojajärvi¹,
Mika Kivimäki^{1 2 3}, Mikko Härmä¹

- 핀란드 공공부문 병원 노동자 8931명
- 비사회적인 노동시간이라 할 수 **있는 주말 근무가 많으면 일가정갈등이 44% 증가**
- 주말 근무 있는 사람이 야간 근무까지 하면, 야간 근무 없이 주말 근무만 하는 사람보다 일가정갈등이 74% 증가



Boundaryless working hours and recovery in Germany

[Laura Vieten](#),^{1,2} [Anne Marit Wöhrmann](#),¹ and [Alexandra Michel](#)^{1,2}

- 독일 2017 BAuA-Working Time Survey 8586명
- 경계없는 노동시간 : 연장근무, 일요일 근무, 퇴근 후 연결 가능성
- 회복 정도 : 피로/회복 설문지 이용
- 연장근무, **일요일근무**, 퇴근 후 연결가능성은 모두 **회복 정도를 감소시킴**
-> 노동시간의 길이, 배치, 유연성이 모두 노동자의 회복에 영향을 미침
- 일요일이나 공휴일 근무
→ 노동자가 사회적으로 중요한 시간 방해, 업무로부터 심리적 분리 방해 → 회복 방해

The weekend matters: exploring when and how nurses best recover from work stress

Anat Drach-Zahavy¹, Nabil Marzuq

- 2년 동안 노동자 400명에게 휴가 전, 중, 후 소진과 활력 점수 설문
- **주말에 하루 쉰 경우가 주중에 이틀 쉴 때보다 소진은 낮고 활력은 높아짐.**
- 회복 관련 경험 중 충분한 이완, 쉬는 기간 동안의 통제권을 경험하면 이런 경향을 상쇄할 수 있음.

ORIGINAL ARTICLE

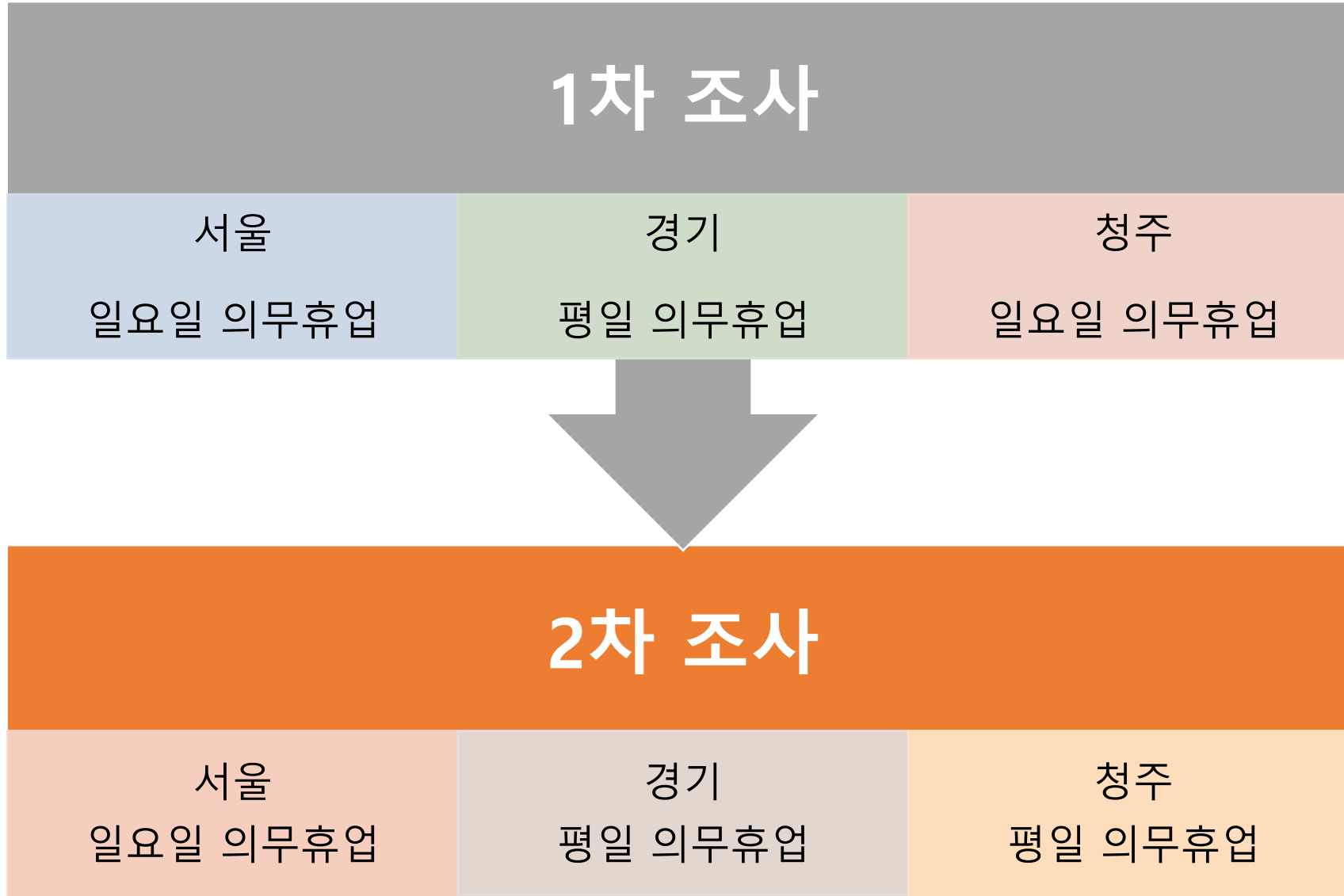
Weekend work and depressive symptoms among Korean employees

Hye-Eun Lee¹, Hyoung-Ryoul Kim¹, Jung-Ok Kong^{1,2}, Tae-Won Jang¹, Jun-Pyo Myong¹,
Jung-Wan Koo¹, and Inah Kim³

- 국내 연구, 근로환경조사
- **노동시간이 동일하더라도 한 달에 4일 이상 주말근무를 한 경우**
- 남자는 45%, 여성은 36% 우울증상 증가

- 1) 의무휴업 평일 변경 이후 주말에 일하는 횟수에 어떤 변화가 생겼나?
- 2) 의무휴업 평일 변경 이후 노동자들의 일상에는 어떤 변화가 생겼나?
 - 일삶균형
 - 가족 및 친구와의 관계
 - 수면, 우울, 번아웃 등
- 3) 의무휴업 평일 변경 이후 일터에서 어떤 변화가 생겼나?
 - 노동강도
 - 동료와의 관계
 - 스케줄 통보 및 노동 시간의 불규칙성
 - 연차 사용
 - 직무스트레스 등

연구 방법 - 설문



연구 방법 - 면접

면접자	면접 일시	근무지역	성별
A	2023.11.13	홈플러스 동청주점	여
B	2023.11.14	홈플러스 청주점	여

- 면접 항목 : 의무휴업 변경이 초래한 가족이나 동료 사이 관계 변화, 노동강도나 연차 사용의 변화, 변경 당시 노동자들이 겪었던 반응 등

연구결과

연구 대상자 기본 특성

- **변경 전:** 2023년 4월 27일 ~ 5월 16일
- **변경 후:** 2023년 8월 21일 ~ 9월 3일
- **대상 지역:** 서울, 경기, 청주 지역
- **참여 인원**
 - 시행 전: 470명
 - 시행 후: 226명
- **연령, 성별:** 대부분 50대 여성.

	구분	변경 전	변경 후
지역	서울	94	67
	경기	321	126
	청주	55	33
회사	이마트	219 (46%)	144 (63%)
	홈플러스	250 (53%)	82 (36%)

주말 근무 횟수 (서울, 경기)

- 일요일에 월 2회 이상 근무: 92%
- 토요일에 월 2회 이상 근무: 97%
- 개별 응답:
 - 일요일 월 2회 (58%), 토요일 월 4회 (40%)가 각각 제일 많음.

	일요일 근무		토요일 근무	
	변경 전	변경 후	변경 전	변경 후
0회	16 (3.4%)	7 (3.1%)	6 (1.3%)	8 (3.5%)
1회	18 (3.8%)	16 (7.1%)	7 (1.5%)	9 (4.0%)
2회	277 (58.9%)	105 (46.5%)	95 (20.2%)	27 (11.9%)
3회	95 (20.2%)	48 (21.2%)	142 (30.2%)	84 (37.2%)
4회	43 (9.1%)	40 (17.7%)	189 (40.2%)	86 (38.1%)
5회	4 (0.9%)	10 (4.4%)	9 (1.9%)	12 (5.3%)
계%	100	100	100	100

주말 근무 횟수 (청주)

- 의무휴업일 변경 후
청주지역에서 일요일에 월 3회 이상 근무:
 - **30% -> 75%로 크게 증가함**
 - 2020 근로 환경조사의 일요일 월 3회 이상 근무 비율은 8.8%에 불과함

일요일 근무			토요일 근무		
	변경 전	변경 후		변경 전	변경 후
0회	0 (0%)	0 (0%)	0회	0 (0%)	0 (0%)
1회	1 (1.8%)	1 (3.0%)	1회	0 (0%)	1 (3.0%)
2회	37 (67.3%)	7 (21.2%)	2회	2 (3.6%)	4 (12.1%)
3회	17 (30.9%)	14 (42.4%)	3회	25 (45.5%)	17 (51.5%)
4회	0 (0%)	7 (21.2%)	4회	26 (47.3%)	8 (24.2%)
5회	0 (0%)	4 (12.1%)	5회	1 (1.8%)	3 (9.1%)
계%	100	100	계%	100	100

“정말 중요한 휴무 2개만 체크해주세요” / “주말 휴무 체크 불가합니다.”

23년 11월 스케줄

당일 출근 휴무 2개만 체크해주세요.
 주말 휴무 체크 불가합니다.

일	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
1	9.0	15.0	Y	15.0	15.0	15.0	Y	YY	9.0	9.0	15.0	Y	Y	9.0	9.0	9.0	15.0	Y	Y	9.0	9.0	YY	15.0	Y	9.0	9.0	15.0	Y	15.0	15.0	15.0	
2	Y	15.0	15.0	15.0	15.0	Y	15.0	YY	15.0	Y	Y	9.0	9.0	15.0	15.0	Y	15.0	9.0	9.0	Y	Y	YY	9.0	9.0	15.0	Y	9.0	9.0	9.0	9.0	15.0	
3	15.0	T	Y	Y	T	15.0	15.0	YY	Y	15.0	15.0	15.0	Y	Y	15.0	15.0	Y	15.0	15.0	15.0	15.0	YY	Y	15.0	15.0	15.0	Y	15.0	15.0	15.0	15.0	
4	Y	9.0	9.0	9.0	9.0	Y	9.0	YY	15.0	Y	15.0	15.0	15.0	Y	15.0	15.0	Y	15.0	15.0	9.0	Y	Y	YY	Y	15.0	15.0	Y	9.0	15.0	15.0	15.0	
5	9.0	9.0	9.0	9.0	Y	Y	9.0	YY	15.0	Y	15.0	15.0	15.0	Y	15.0	15.0	Y	15.0	9.0	9.0	Y	15.0	YY	9.0	Y	T	T	T	Y	15.0	9.0	
6	15.0	15.0	Y	T	9.0	15.0	15.0	YY	T	T	Y	Y	Y	9.0	9.0	15.0	Y	15.0	15.0	15.0	Y	YY	15.0	Y	9.0	9.0	15.0	15.0	Y	Y	15.0	
7	Y	Y	15.0	15.0	15.0	Y	9.0	YY	9.0	9.0	15.0	Y	15.0	Y	15.0	15.0	15.0	Y	Y	15.0	15.0	YY	Y	9.0	9.0	15.0	Y	9.0	15.0	15.0	15.0	
8	9.0	15.0	9.0	T	Y	15.0	15.0	YY	Y	Y	9.0	9.0	Y	9.0	9.0	9.0	Y	15.0	15.0	15.0	Y	YY	15.0	Y	15.0	T	T	15.0	15.0	Y	15.0	
9	15.0	Y	Y	T	T	9.0	Y	YY	15.0	15.0	Y	15.0	Y	15.0	15.0	Y	9.0	9.0	9.0	Y	15.0	YY	9.0	15.0	Y	9.0	9.0	Y	9.0	9.0	15.0	
10	Y	8.5	15.0	Y	8.5	8.5	8.5	YY	8.5	8.5	Y	Y	T	Y	8.5	8.5	8.5	Y	8.5	8.5	8.5	YY	Y	8.5	8.5	8.5	Y	8.5	8.5	Y	8.5	
11	8.5	8.5	Y	Y	8.5	8.5	Y	YY	8.5	8.5	8.5	Y	Y	8.5	15.0	15.0	Y	Y	T	T	T	YY	8.5	Y	8.5	15.0	15.0	8.5	Y	15.0	15.0	
12	8.5	Y	8.5	8.5	Y	Y	8.5	YY	15.0	15.0	Y	8.5	8.5	8.5	Y	Y	T	8.5	8.5	8.5	8.5	YY	Y	8.5	15.0	Y	8.5	15.0	Y	8.5	8.5	
13	Y	Y	8.5	8.5	Y	15.0	15.0	YY	Y	8.5	8.5	8.5	8.5	Y	8.5	8.5	8.5	8.5	Y	8.5	8.5	8.5	Y	YY	8.5	15.0	Y	8.5	8.5	Y	8.5	8.5
14	15.0	15.0	Y	15.0	15.0	15.0	Y	YY	15.0	Y	9.0	9.0	9.0	T	Y	Y	15.0	15.0	15.0	Y	9.0	YY	9.0	15.0	Y	9.0	9.0	Y	15.0	9.0	15.0	
15	9.0	Y	15.0	15.0	Y	T	T	YY	T	9.0	Y	15.0	Y	15.0	15.0	Y	9.0	9.0	Y	15.0	YY	Y	15.0	15.0	15.0	Y	9.0	9.0	15.0	15.0	15.0	
16	Y	9.0	Y	Y	15.0	9.0	15.0	YY	9.0	Y	15.0	15.0	Y	9.0	9.0	15.0	Y	T	15.0	15.0	Y	YY	15.0	Y	15.0	15.0	Y	T	T	15.0	15.0	
17	15.0	Y	9.0	9.0	9.0	Y	9.0	YY	Y	15.0	15.0	Y	15.0	Y	15.0	9.0	Y	15.0	9.0	9.0	T	YY	Y	9.0	9.0	Y	15.0	15.0	15.0	Y	15.0	

주말 근무 횟수 (청주)

“한 달에 8일 정도 토요일 일요일이 주어지잖아요. 변경 전에는 그래도 저희가 주말 같은 경우에는 연차를 잡아서 쉬는 경우가 많기 때문에, 4~5일은 그래도 돌아가면서 쉬었던 것 같은데요. 수요일로 변경되면서 적게는 정말 심하게 한 번인 경우도 있었고, 최대한 잡아도 연차 포함해서 서너 번 정도가 평균이라고 보시면 될 것 같아요.”(A)

“주말에 쉴 수가 없으니까. 같이 근무하는 언니랑 돌아가면서 쉬어요. 반반.”(B)

스케줄 통보 일정 (청주)

- 며칠 전에 스케줄 통보 받는다는 응답 70% 대로 꾸준히 높음

“조정될 때도 많아요. 주말에 휴무라고 체크했는데, ‘이때는 인원이 부족하니 나와주십시오.’ 하는 경우도 다반사예요. 그래서 확정이 됐음에도 불구하고 다시 스케줄이 변경되는 경우가 있어요. (질 : 자주 있는 편인가요?) 매달 있다고 생각하시면 돼요. 오늘 갑자기 바뀌는 경우도 있고 막 그래요. 스케줄에 대한 확정이라는 건 없는 것 같아요. 그러다 보니 제가 개인적인 약속이 있거나 볼 일이 있어도 그게 변경이 갑자기 되는 경우도 있어요. (...) 평일로 변경되고 나서 조금 더 잦았던 것 같아요. 주말로 인원을 투입하려고 하다 보니까요.”(A)

스케줄 통보 일정		
	변경 전	변경 후
0~2일 전	8 (14.5%)	7 (21.2%)
며칠 전	31 (56.4%)	17 (51.5%)
몇 주 전	11 (20.0%)	6 (18.2%)
한 달 이상 전	3 (5.5%)	3 (9.1%)
기타	1 (1.8%)	0 (0%)
계%	100	100

일-가정 균형 (청주)

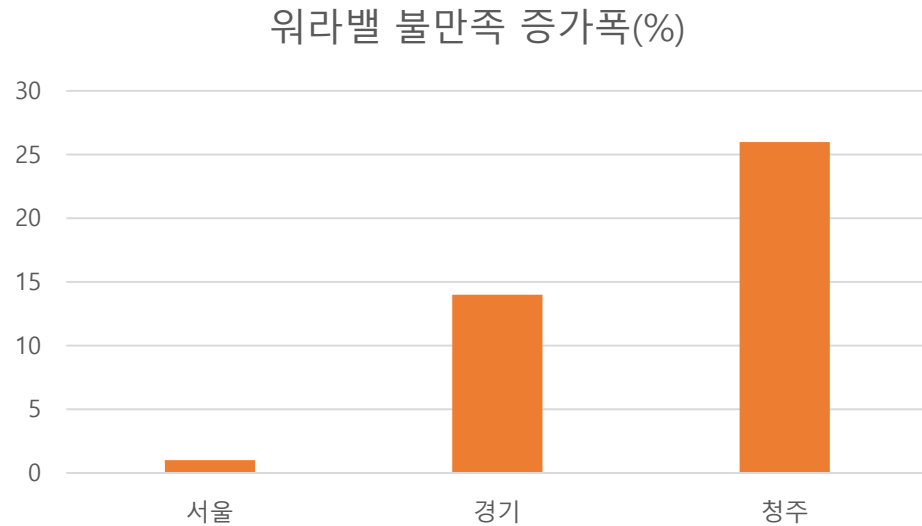
항목	청주	
	변경 전	변경 후
직장생활과 가족(개인) 생활이 충돌하여 갈등이 있다 - 그런편/매우 그렇다	31 (56%)	20 (60%)
직장생활 때문에 가족(개인) 생활에 충실하지 못하다 - 그런편/매우 그렇다	36 (65%)	22 (66%)
업무 스트레스가 가족(개인) 생활까지 연결된다 - 그런편/매우 그렇다	40 (71%)	26 (78%)

- 의무휴업일 변경 후
청주지역에서 모든 항목에서 일-가정 균형
이 맞지 않음:
 - 가족생활 충돌 (60%)
 - 업무 스트레스 (78%)

워라밸 악화 (일삶균형 7점 척도)

- 의무휴업일 변경 후
청주지역에서 워라밸이 크게 악화됨
 - 불만족 인원이 변경 전 70% → 변경 후 96%로 증가

	서울		경기	
항목	변경 전	변경 후	변경 전	변경 후
불만족	78 (81%)	55 (82%)	185 (57%)	90 (71%)
만족	16 (17%)	12 (17%)	131 (40%)	36 (28%)



	청주	
항목	변경 전	변경 후
불만족	39 (70%)	31 (96%)
만족	16 (29%)	2 (6.1%)

어긋난 일주일의 시간 – 가족/친구모임 (면접)

- 가족들과 시간을 함께하지 못하는 것에 대한 스트레스
- 그 원인이 나로 인한 것이며, 내가 먼저 연락하고 조율해야 한다는 것에 대한 스트레스

“남들이 다 쉴 때 같이 쉰다는 그런 안정감도 있기 때문에 거기에 대한 기대감이 되게 컸거든요. 그런 시간이 점점 더 없어지거나 더 적어지기 때문에 스트레스가 엄청 가중되고 있어요.” (A)

“제일 큰 문제는 누구든 다 그럴 거예요. 가족들이랑 보내는 시간이 진짜 없어졌다는 거.”(B)

어긋난 일주일의 시간 – 가족/친구모임 (설문)



“주말행사에 참석을 못 할 뿐더러 친구 모임도 못해 스트레스를 많이 받고 있다”

“한달에 두 번 경조사 참석이나 가족 지인들과 같이 할 수 있는 시간이 거의 없어졌다.”

“주말에 가족끼리 어울릴 수 없다”

“주말 가족 모임을 내 위주로 짜다 보니 부모님 생신 같은 경우에 항상 친정 가족들에게 미안하다”

“나만 외톨이가 되어간다는 생각을 하게 된다.”

노동강도 (청주)

- 청주지역 보그점수 평균은 오히려 약간 점수가 좋아짐. (15.54->14.24)
- 설문 주관식 응답 / 면접과는 상반된 결과
 - 불만족한 사람은 이미 나갔을 가능성
 - 1차 조사 시기 이미 청주 지역에서 정신적 스트레스와 직장에 대한 불만이 높았을 가능성.

“워낙에 주말에 일하는 횟수가 더 많다 보니까, 금, 토, 일 일하는 경우가 제일 최악이거든요. 가장 바쁜 시간에 일하고 월요일날 쉬게 되면 정말 아무것도 못해요. 꿈쩍도 못해요. 가정 일이고 뭐고 엉망진창이고. (A)”

“수요일로 바뀌면서, 목요일에 다시 영업을 시작하잖아요, 목, 금, 토, 일 영업해야 하는 상품이 들어오는데 어마어마하게 들어와요. 감당할 수가 없어요. 우리는 매출이 좀 나오는 정기휴무 뒷날에는 연차를 잡을 수가 없는 거예요.” (B)

“주말 바쁠 때는 쉬는 시간도 아끼면서 일하느라 피곤함이 심해졌다.” (주관식 응답)

어긋난 일주일의 시간 – 일터에서 (면접)

- 스케줄 조율할 때 눈치싸움
- '정말 급한 일' '그렇지 않은 일'을 구분하게

“다 주말에 쉬고 싶잖아요. 주말에다 연차나 휴무를 넣어서 쉬는 거예요. 그러다 보니까 스케줄 잡을 때마다 나는 이날 정말 중요하다 얘기하는 웃픈 경우는 늘 있죠. 나만의 휴일을 하나라도 더 가져오기 위해 서로 간에 눈치 싸움이 벌어지기도 하는데, 그게 보일 때가 있어요. (중략) 생신이다 제사다 이외에 모임이 있다고 하면 다른 날로 해라고 눈치 주는 경우도 많아요. 서로.”(A)

“이날 나도 쉬어야 하는데 같이 일하시는 분도 쉬어야 되는 상황이 있죠. 근데 둘이면 한 명은 출근을 해야 되는데, 둘 다 진짜 급한 일이에요. 근데 쉴 수가 없는 거죠. (중략) 우리는 주부니까 김장철 다가오면 그렇지. 김장을 똑같은 주에 하면은 어떡해. 둘 다 쉴 수도 없고. (질 : 이번엔 어떻게 하셨어요?) 조율을 하는 거죠. 조율을 안 해도 되는 건데 조율을 해야 되는 상황이 발생이 되는 거죠. 정기휴무가 일요일이 없어지는 바람에.” (B)

어긋난 일주일의 시간 – 일터에서(설문)

“내가 필요한 주말을 선택하기 위해서 빨리 체크하지 않으면 안되는 그런 눈치를 본다. 서로가 꼭 필요로 인해서 쉬어야 되는 날이면 어떻게 해야 될지 마음도 무겁다.(후략)”

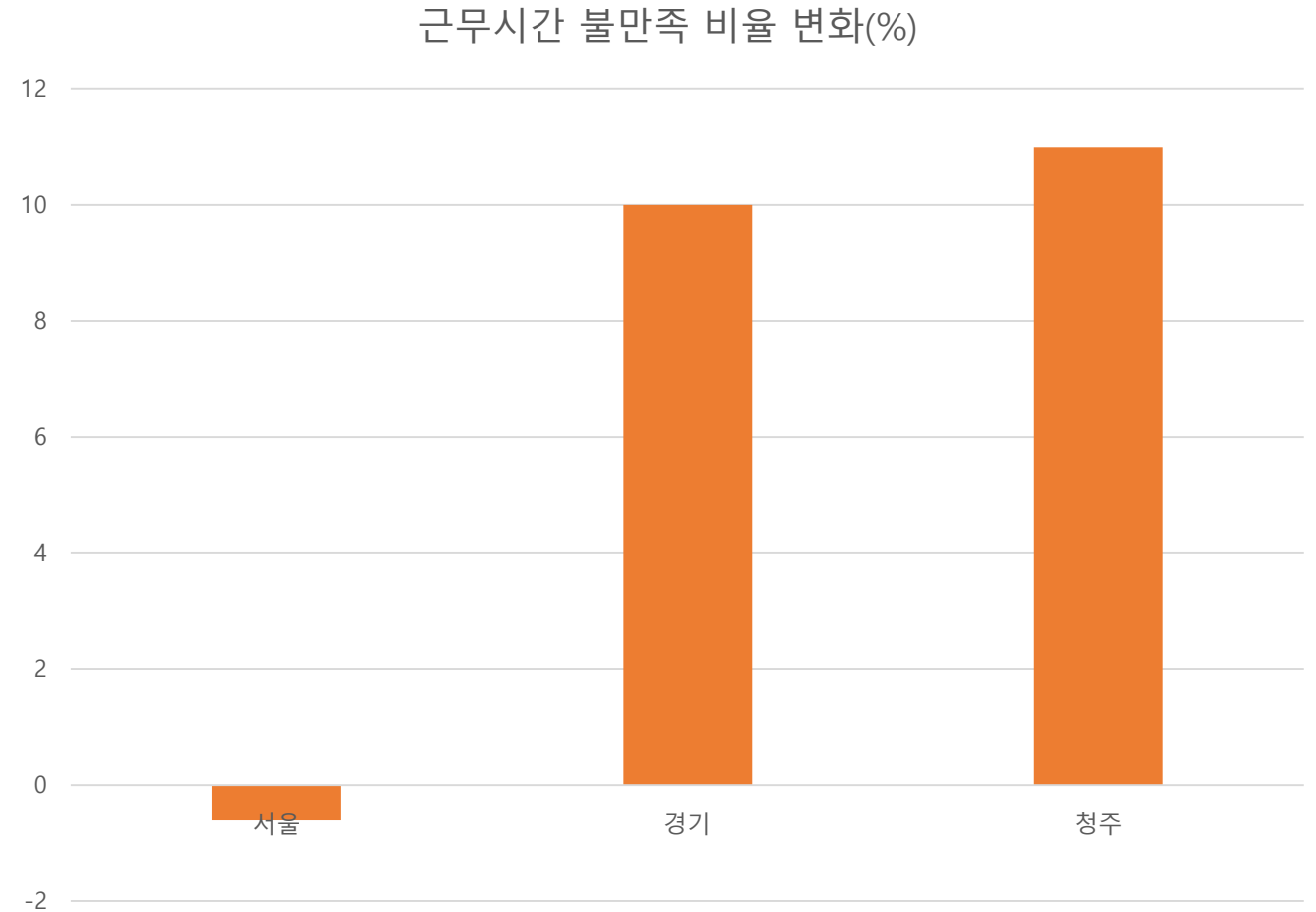
“한 달 동안 계속 일하는 것 같아서 스트레스가 쌓인다”

“날짜(요일)이 어떻게 돌아가는지 아직도 헷갈린다.”

“주말에 쉴 때는 그 누구의 간섭도 받지 않고 일에서 벗어나 하루라도 맘 편히 쉴 수 있는 황금 같은 시간이었는데 평일로 바뀌고 나서는 쉬는 날에도 업무 문자로 스트레스를 받는다.”

근무 시간 불만족 증가

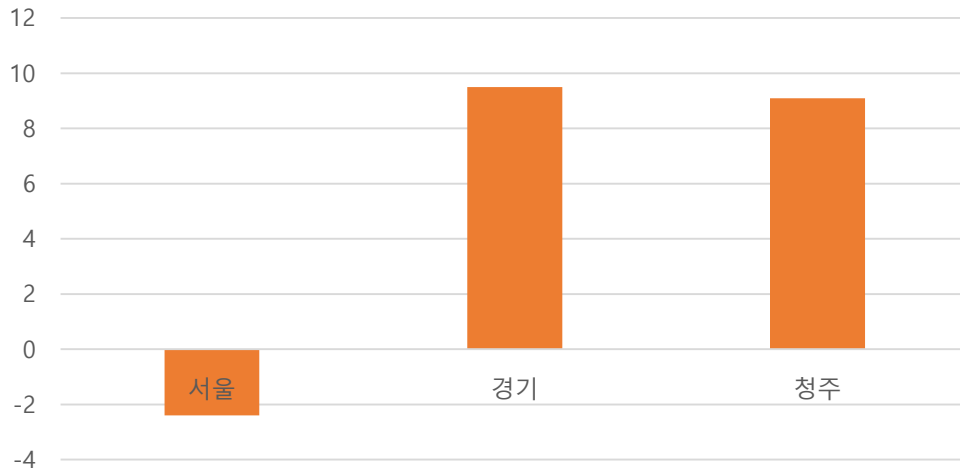
- 변경 전 불만족도 43.6%
-> 변경 후 불만족도 54.6%
- 전반적 불만족도가 증가
- 면접조사, 주관식 응답과도 일치



총 건강 상태 (청주)

- 의무휴업일 변경 후 전반적 건강상태가 나쁜 편/ 매우 나쁨이라고 답한 비율이 54.6% → 63.7%로 증가
- 같은 기간 서울과 큰 차이

전반적 건강상태 나쁨 변화폭(%)



전반적 건강상태	청주		근로환경조사 (%)
	변경 전	변경 후	
매우 좋다	0 (0%)	0 (0%)	9.1
좋은 편이다	3 (5.5%)	2 (6.1%)	60.0
보통이다	22 (40.0%)	10 (30.3%)	26.2
나쁜 편이다	25 (45.5%)	19 (57.6%)	4.2
매우 나쁘다	5 (9.1%)	2 (6.1%)	0.2

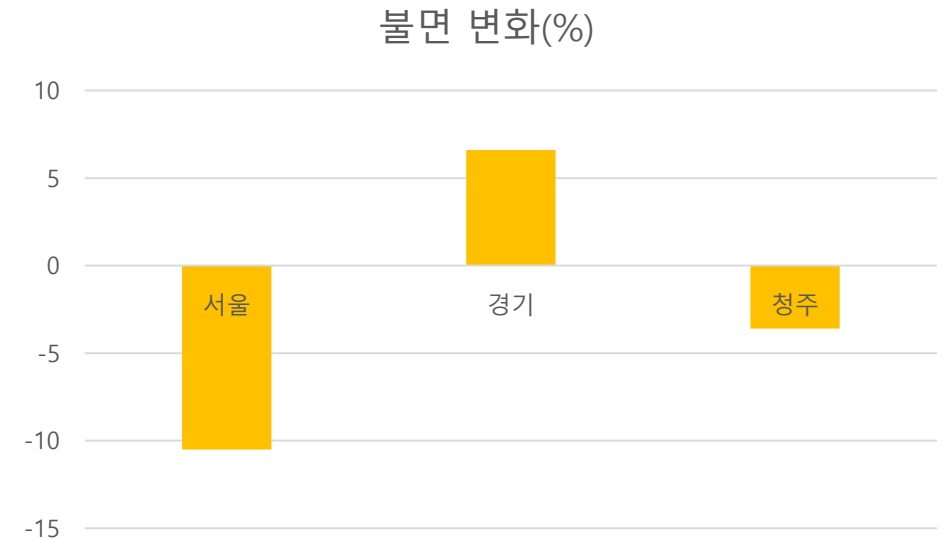
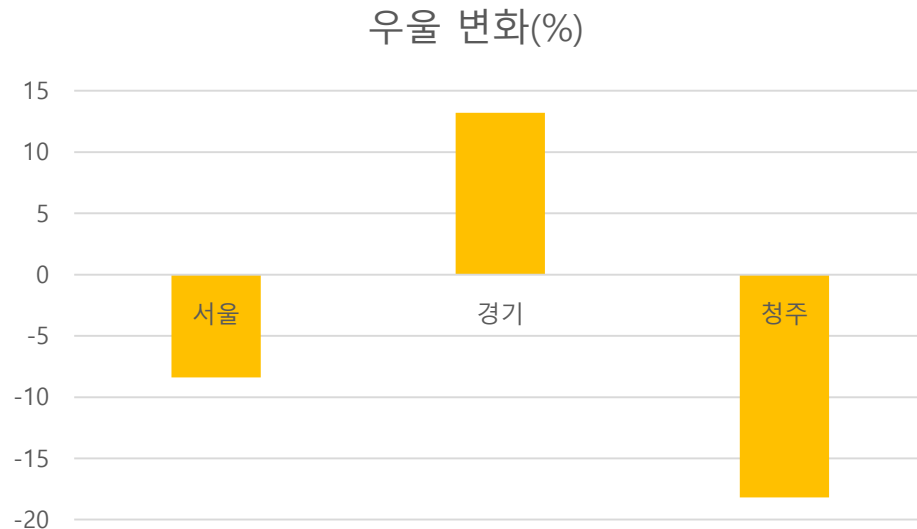
업무 상 질환 발생 (청주)

- 의무휴업일 변경 후 업무상 질환 증가
 - 근골격계
(변경 전: 92.7%, 변경 후: 97%)
 - 두통, 안구피로
(변경 전: 70.9%, 변경 후: 78.8%)
 - 전신 피로
(변경 전: 94.5%, 변경 후: 100%)
- 방광염을 제외하고 모두 악화된 것으로 나타남.

질환	청주 (%)	
	변경 전	변경 후
근골격	92.7	97
두통, 안구피로	70.9	78.8
전신피로	94.5	100
방광염	49.1	48.5

우울, 불면 등

- 우울, 불면 등은 오히려 약간 점수가 좋아짐.
- 같은 시기 서울은 점수가 많이 좋아졌고, 오히려 경기 지역이 크게 악화됨.
 - 불만족한 사람은 이미 나갔을 가능성
 - 아직 스트레스가 우울까지 이어지지 않는 가능성(시간이 걸림)
 - 1차 조사 시기 이미 청주 지역에서 스트레스와 직장에 대한 불만이 높았을 가능성.



일방적 휴일 변경, 노동자에게 스트레스로

정책결정과정에서 배제됨에 따른 **집단적 스트레스와 우울**

“(질 : 4~5월 당시 어떤 생각이셨는지?) 여행 가기 다 틀렸네. 그게 진짜 커요. 한 달에 네 번인 일요일만이라도 다 쉬게 해줘야 되는 게 맞는데. 그 두 개 줬던 것조차 뺏어가니까 답답하죠. 유럽은 주말 문 닫고 섰다 운인데 여기는 오히려 다시 여니까. 이해할 수가 없어. (B)”

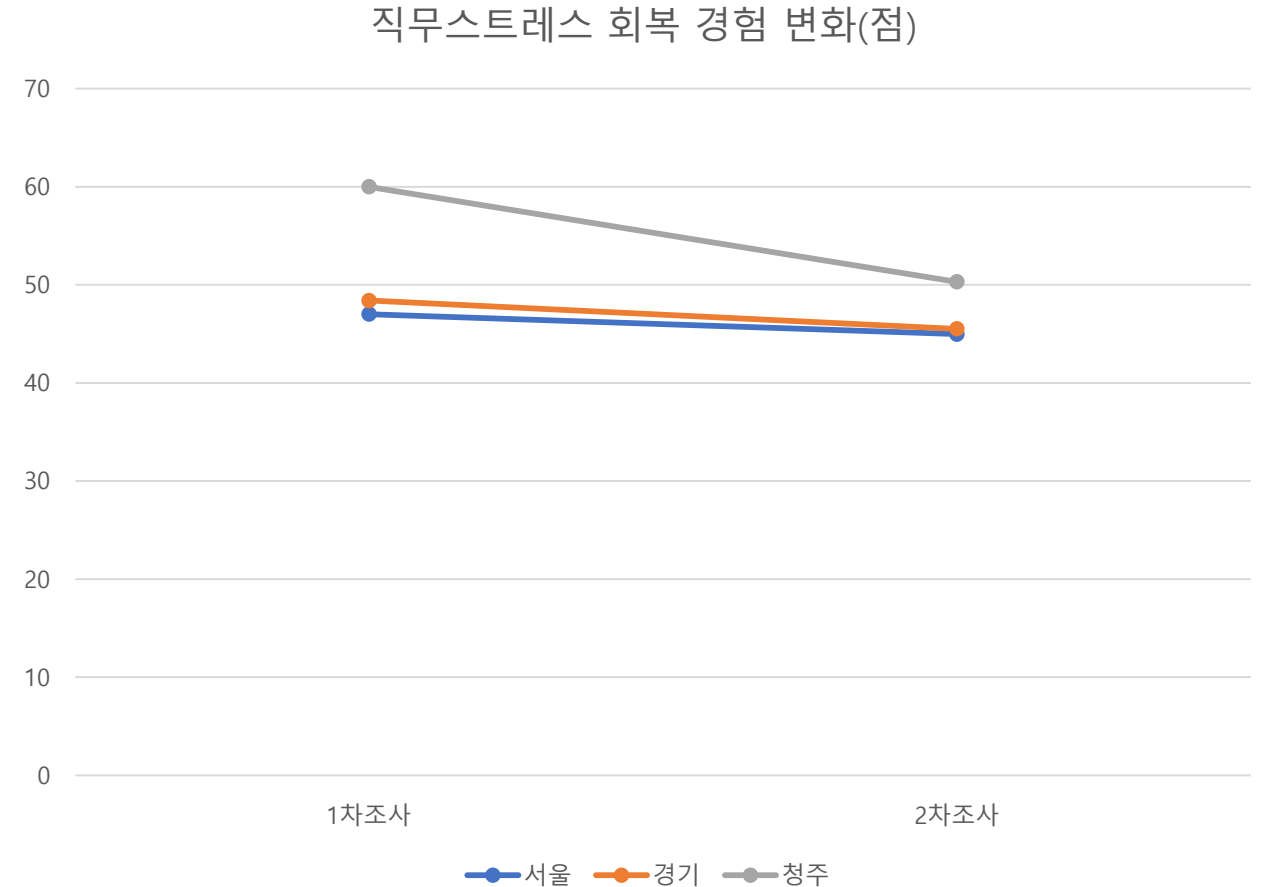
“이게 너무 졸속으로, 일방으로 시행해 버려서, 그런 거에 대한 정신적 스트레스가 되게 심했던 것 같아요. 그거에 대한 시행착오는 오롯이 우리들이 겪어야 되기 때문에. 정말 육체적 고통도 고통이지만 정신적 스트레스가 더 심했던 것 같아요.” (A)

불면 → 앞으로 문제가 될 수도

“수요일에 늦게 못 일어나요. 저만 있는 게 아니잖아. 가족들 밥 해먹이고 신랑도 보내야 하니까. 일요일 같은 경우는 그냥 쪽 늦잠 자면 되는데 수요일엔 그럴 수 없는 거죠. (중략) 일요일이면 자식은 계속 잘 텐데 그렇지 못하는 거지.” (B)

직무 스트레스 회복 경험

- 휴일 경험을 통해, 업무로부터 회복 정도를 측정하는 항목
- **의무 휴업일 변경 후 청주 지역 회복 경험 점수가 10점 감소**
- 서울, 경기도에 비해 감소 폭이 큼 (서울 2점, 경기 3점 감소)
- **변경 후 청주 지역에서 회복력 감소함.**
- **직무스트레스로부터 회복 정도를 떨어뜨려 노동자의 정신적, 신체적 건강 및 업무 생산성 등에 나쁜 영향을 미칠 가능성**

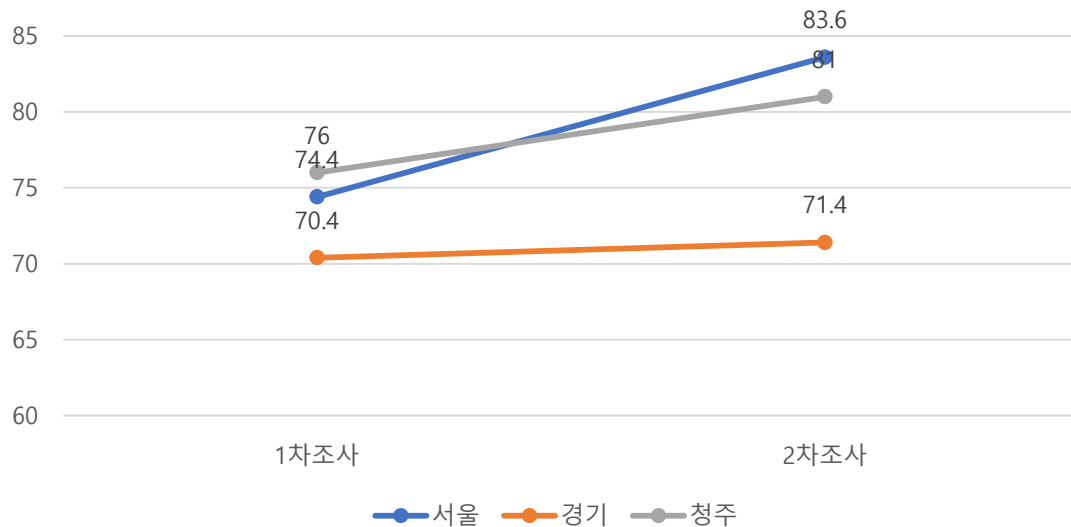


직무스트레스

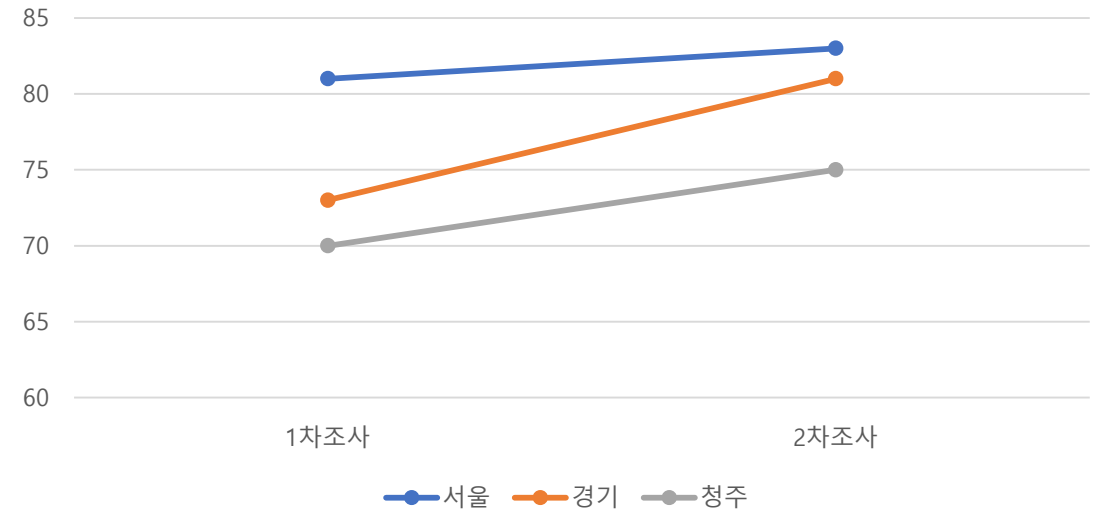
- 결정권한, 업무량 및 작업스케줄 조절 가능성, 직장내 존중, 직장 전망
- 이 중 청주가 특히 악화된 분야는
- **업무량 및 작업스케줄 조절 가능성, 직장 전망**

저번에 설문조사 하셨잖아요. 거기에 의무휴업 평일로 변경하면 이혼할 수도 있다는 내용을 저희 직원께서 써주셨어요. 그분 실제로 퇴사하셨어요. 그것 때문에 퇴사한다고 말씀하시고 나가셨어요. 공식적으로 조사는 안 했지만 6~7월에, 그러니까 이게 진행되고 나서 해보니 힘들어서 그만두신 경우가 많은 거로 알고 있어요.(A)

업무량/작업스케줄 조절 가능성
(전혀 아님/ 그렇지 않음 비율(%))



직장 전망
(전혀아님/ 그렇지 않음 비율 (%))



의무 휴업일 변경 후 변화 내용 조사 (청주)

- **신체적, 정신적 피로 증가**
- 평일 연차 사용은 늘고 주말 연차 사용은 줄어들었다는 응답 나타남.
-> 전체 연차 감소하였거나 의무휴업일 변경 전후 연차 사용의 자유도 감소 추정됨.
- 여가시간, 가정생활, 사회생활 등 누릴 시간 부족해짐

항목	줄었다	차이없음	늘었다
신체적피로	0 (0%)	4 (12.1%)	28 (84.8%)
정신적피로	0 (0%)	6 (18.2%)	26 (78.8%)
일터에서의 휴식 시간	15 (45.5%)	16 (48.5%)	1 (3.0%)
평일(월-금요일) 연차 사용	3 (9.1%)	20 (60.6%)	8 (24.2%)
주말(토요일, 일요일) 연차 사용	18 (54.5%)	10 (30.3%)	4 (12.1%)
여가를 즐길 수 있는 시간	20 (60.6%)	12 (36.4%)	0 (0%)
가정생활에 참여하거나 기여하는 정도	23 (69.7%)	6 (18.2%)	3 (9.1%)
사회생활에 참여하거나 기여하는 정도	20 (60.6%)	12 (36.4%)	0 (0%)

결론

청주의 변화

- 객관적 변화
 - 주말 근무횟수 증가
 - 워라밸 불만족 점수 크게 증가
 - 근무시간 불만족, 주관적 건강상태 나빠짐
 - 일-가정 양립 악화
 - 직무스트레스 회복 점수 악화
- 노동강도, 불면, 우울, 일부 직무스트레스 항목에서 호전?
 - 주관식답변이나 면접 결과와 불일치
 - 불만이 있는 노동자는 이미 퇴사
 - 현재의 변화가 앞으로 영향을 미칠 가능성

직접 물어보았을 때

- 의무휴업일 변경 후
 - 신체적 정신적 피로 증가
 - 여가, 가정생활, 사회생활 참여 시간 감소
- 의무휴업일 변경 과정에서 마트 노동자들의 의견 반영되지 않은 데 대한 불만과 분노

과제

- 앞으로 실제 건강 상태 악화가 나타날 가능성이 높음.

→대규모 조사, 건강 및 스트레스 관리 등 필요

의무휴업일 평일 변경 확대 추세 제동 필요

이미 평일로 바뀐 곳, 다시 일요일로 재전환하기 위한 논의 필요

감사합니다.
